

**PERBEDAAN PENGARUH PENDEKATAN PEMBELAJARAN
TERHADAP *SHOOTING THREE POINT* BOLABASKET
DITINJAU DARI KEMAMPUAN GERAK DASAR**

**(Studi Eksperimen Pendekatan Pembelajaran Repetitif Dan Progresif
pada Siswa SMAN 4 Surakarta)**

TESIS

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Mencapai Derajat Magister
Program Studi Ilmu Keolahragaan



Oleh

**Herlambang Joko Christianto
A121508025**

**PROGRAM PASCASARJANA
UNIVERSITAS SEBELAS MARET
SURAKARTA
2017**

**PERBEDAAN PENGARUH PENDEKATAN PEMBELAJARAN
TERHADAP *SHOOTING THREE POINT* BOLABASKET
DITINJAU DARI KEMAMPUAN GERAK DASAR**

**(Studi Eksperimen Pendekatan Pembelajaran Repetitif Dan Progresif
pada Siswa SMAN 4 Surakarta)**

TESIS

**Oleh
Herlambang Joko Christianto
A121508025**

Telah disetujui untuk diujikan oleh tim pembimbing.

Komisi Pembimbing	Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Pembimbing I	Prof. Dr. Muchsin Doewes, dr., AIFO. NIP. 19480531 197603 1 0012017
Pembimbing II	Dr. Sapta Kunta Purnama, M.Pd NIP. 19680323 199303 1 0122017

**Telah dinyatakan memenuhi syarat
Pada tanggal 2017**

Kepala Program Studi Ilmu Keolahragaan
Pascasarjana UNS

Prof. Dr. Agus Kristiyanto, M. Pd.
NIP. 19651128 199003 1 001

**PERBEDAAN PENGARUH PENDEKATAN PEMBELAJARAN
TERHADAP *SHOOTING THREE POINT* BOLABASKET
DITINJAU DARI KEMAMPUAN GERAK DASAR**

**(Studi Eksperimen Pendekatan Pembelajaran Repetitif Dan Progresif
pada Siswa SMAN 4 Surakarta)**

TESIS

Oleh

Herlambang Joko Christianto

A121508025

**Telah dipertahankan didepan penguji
dan dinyatakan telah memenuhi syarat
pada tanggal 2017**

Tim Penguji :

Jabatan	Nama	Tanda Tangan
Ketua	Prof. Dr. Agus Kristiyanto, M. Pd. NIP. 19651128 199003 1 001	Prof. Dr.
Sekretaris	Kiyatno, dr., PFK., M.Or., AIFO. NIP. 19480118 197603 1 002
Anggota Penguji	Prof. Dr. Muchsin Doewes, dr., AIFO. NIP. 19480531 197603 1 001
	Dr. Sapta Kunta Purnama, M.Pd NIP. 19680323 199303 1 012

Mengetahui :

Direktur
Pascasarjana UNS

Kepala Program Studi
Ilmu Keolahragaan

Prof. Dr. H. M Furqon Hidayatullah, M.Pd.
NIP. 19600727 198702 1 001

Prof. Dr. Agus Kristiyanto, M.Pd.
NIP. 19651128 199003 1 001

PERNYATAAN KEASLIAN DAN PERSYARATAN PUBLIKASI

Saya menyatakan dengan sebenarnya bahwa:

1. Tesis yang berjudul, **“Perbedaan Pengaruh Pendekatan Pembelajaran terhadap *Shooting Three Point* Bolabasket Ditinjau Dari Kemampuan Gerak Dasar (Studi Eksperimen Pendekatan Pembelajaran Repetitif Dan Progresif pada Siswa SMAN 4 Surakarta)”** ini adalah karya penelitian saya sendiri dan tidak terdapat karya ilmiah yang pernah diajukan oleh orang lain untuk memperoleh gelar akademik serta tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan orang lain, kecuali yang tertulis dengan acuan yang disebutkan sumbernya, baik dalam naskah karangan dan daftar pustaka. Apabila ternyata di dalam naskah tesis ini dapat dibuktikan terdapat unsur-unsur plagiasi, maka saya bersedia menerima sanksi, baik Tesis beserta gelar magister saya dibatalkan serta diproses sesuai dengan peraturan perundang-undangan yang berlaku.
2. Publikasi sebagian atau keseluruhan isi Tesis pada jurnal atau forum ilmiah harus menyertakan tim promotor sebagai *author* dan PPs UNS sebagai institusinya. Apabila saya melakukan pelanggaran dari ketentuan publikasi ini, maka saya bersedia mendapatkan sanksi akademik yang berlaku.

Surakarta, Mei 2017
Mahasiswa,

Herlambang Joko Christianto
A121508025

MOTTO

FOKUS, SABAR, TELITI

PERSEMBAHAN

Sujud syukur kusembahkan kepada Allah SWT atas nikmat iman dan islam yang Engkau takdirkan di dalam hati ini sebagai penyempurna ciptaan-Mu (manusia). Keberhasilan hingga saat ini tentunya tidak terlepas dari kehendak-Mu, semoga keberhasilan ini menjadi satu langkah awal untuk meraih cita-cita besarku. Sebuah perjuangan panjang yang ku tempuh, menorehkan kisah yang bergurat indah dalam lembaran perjuangan dari secerca harapan dan impian. Telah banyak pengorbanan, suka maupun duka yang terlewati untuk menggoreskan tinta dalam karya kecil ini. Semua goresan kecil ini dengan tulus saya persembahkan kepada.

1. Almamater yang selalu menjadi kebanggaan dan kecintaanku di bawah naungan Universitas Sebelas Maret Surakarta.
2. Program Studi Ilmu Keolahragaan, Pascasarjana, Universitas Sebelas Maret Surakarta.

KATA PENGANTAR

Dengan memanjatkan puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT atas limpahan rahmat, taufik, hidayah serta inayah-Nya sehingga Tesis yang berjudul “Perbedaan Pengaruh Pendekatan Pembelajaran terhadap *Shooting Three Point* Bolabasket Ditinjau dari Keterampilan Gerak Dasar (Studi Eksperimen Pendekatan Pembelajaran Repetitif Dan Progresif pada Siswa SMAN 4 Surakarta)” dapat terselesaikan dengan baik.

Penulis sangat menyadari bahwa Tesis ini tidak akan bisa terselesaikan tanpa bantuan, dorongan, dan bimbingan dari berbagai pihak baik secara langsung maupun tidak langsung. Oleh karena itu pada kesempatan ini, penulis menyampaikan ucapan terima kasih dan penghargaan setulus hati, kepada:

1. Prof. Dr. Ravik Karsidi, M.S. selaku Rektor Universitas Sebelas Maret Surakarta, yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk mengikuti pendidikan di Program Pascasarjana Universitas Sebelas Maret Surakarta.
2. Prof. Dr. H. M. Furqon Hidayatullah, M.Pd. selaku Direktur Program Pascasarjana Universitas Sebelas Maret Surakarta yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk mengikuti pendidikan di Program Pascasarjana Universitas Sebelas Maret Surakarta.
3. Prof. Dr. Agus Kristiyanto, M.Pd. selaku Kepala Program Studi Magister Ilmu Keolahragan Program Pascasarjana Universitas Sebelas Maret
4. Prof. Dr. Muchsin Doewes, dr., SU., AIFO., MARS. Selaku pembimbing I yang telah secara seksama dan dengan penuh kesabaran dalam mencurahkan pikiran, waktu, serta tenaga untuk memberikan bimbingan sampai tesis ini dapat selesai.
5. Prof. Dr. Sapta Kunta Purnama, M.Pd. Selaku pembimbing II yang telah secara seksama dan dengan penuh kesabaran dalam mencurahkan pikiran, waktu, serta tenaga untuk memberikan bimbingan sampai tesis ini dapat selesai.

6. Pihak Sekolah Menengan Atas Negeri (SMAN) 4 Surakarta yang telah mengijinkan peneliti untuk melakukan penelitian.
7. Kedua orang tua ku, yang telah memberi *support* secara moral dan materil, sehingga dapat terselesaikan penulisan tesis ini.
8. Rekan-rekan program studi IOR angkatan 2015 yang telah membantu dalam proses penyelesaian penulisan tesis ini.
9. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu, atas bantuan baik moril atau materil sehingga dapat terselesaikan penulisan tesis ini.

Semoga Allah SWT memberikan balasan atas semua kebaikan yang diberikan dengan tulus dan ikhlas. Penulis menyadari bahwa tesis ini masih jauh dari sempurna, oleh sebab itu dengan segala kerendahan hati, penulis mengharap saran dan kritik yang bersifat membangun sebagai bekal demi kesempurnaan tesis ini.

Surakarta, Mei 2017

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iii
LEMBAR PERNYATAAN	iv
MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
ABSTRAK	xv
<i>ABSTRACT</i>	xvii
 BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat Penelitian	6
 BAB II KAJIAN TEORI DAN HIPOTESIS	
A. Kajian Teori.....	8
1. Bolabasket	8
a. Sejarah dan Pengertian Bolabasket	8
2. Teknik Dasar Bermain Bolabasket	10
a. Dasar <i>Body Control</i>	11
b. <i>Moving Without the Ball</i>	11
c. <i>Passing</i>	12
d. <i>Dribbling</i>	13
e. <i>Shooting</i>	14

	f. <i>Rebound</i>	15
3.	Teknik Dasar keterampilan <i>Shooting Three Point</i>	17
	a. Pengertian keterampilan <i>Shooting Three Point</i>	17
	b. Cara Melakukan <i>Shooting Three Point</i>	17
	c. Analisis Gerak <i>Shooting Three Point</i>	20
4.	Pendekata Pembelajaran	23
	a. Pendekatan Pembelajaran Repetitif	30
	b. Pendekatan Pembelajaran Progresif	32
5.	Keterampilan Gerak Dasar (<i>General Motor Ability</i>)	34
B.	Penelitian yang Relevan	36
C.	Kerangka Berpikir	36
D.	Hipotesis Penelitian	40
BAB III	METODOLOGI PENELITIAN	
A.	Tempat Penelitian	42
B.	Waktu Penelitian	42
C.	Jenis Penelitian	42
D.	Variabel Penelitian	43
E.	Defenisi Operasional	43
F.	Populasi dan Sampel	45
G.	Teknik Pengumpulan Data	45
H.	Teknik Analisis Data	50
BAB IV	HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A.	Deskripsi Data	54
B.	Pengujian Prasyarat Analisis	57
C.	Pengujian Hipotesis	58
D.	Pembahasan Hasil Penelitian	60
BAB V	KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN	
A.	Kesimpulan	64
B.	Implikasi	64
C.	Saran	66

DAFTAR PUSTAKA	67
LAMPIRAN - LAMPIRAN	69
DAFTAR RIWAYAT PENULIS	97

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
Tabel 3.1 Kerangka desain penelitian.....	40
Tabel 3.2 Ringkasan ANOVA dua Jalur	51
Tabel 4.1 Deskripsi Data Hasil <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i> Pembelajaran <i>Shooting Three Point</i> Bola Basket Berdasarkan Pendekatan Pembelajaran ..	53
Tabel 4.2 Nilai Peningkatan Keterampilan <i>Shooting Three Point</i> pada Permainan Bola Basket Masing-Masing Sel (Kelompok Perlakuan)	55
Tabel 4.3 Ringkasan Hasil Uji Normalitas Keterampilan <i>Shooting Three Point</i> dengan <i>One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test</i>	56
Tabel 4.4 Ringkasan Hasil Uji Homogenitas Keterampilan <i>Shooting Three Point</i>	57
Tabel 4.5 Ringkasan Nilai Rata-Rata Keterampilan <i>Shooting Three Point</i> Pada Permainan Bolabasket Berdasarkan Jenis Pendekatan Pembelajaran Dan Tingkat Kemampuan Gerak.....	58
Tabel 4.6 Ringkasan Hasil Anova Dua Jalur untuk Penggunaan Pendekatan Pembelajaran <i>Shooting Three Point</i> Pada Permainan Bolabasket...	58
Tabel 4.7 Pengaruh Sederhana, Pengaruh Utama, dan Interaksi Faktor, A dan B Terhadap Hasil Belajar Keterampilan <i>Shooting Three Point</i> BolaBasket.....	61

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
Gambar 2.1 : Cara memegang bola yang benar	18
Gambar 2.2 : Melakukan <i>locking and loading</i>	18
Gambar 2.3 : Posisi bola berada di depan kepala.....	19
Gambar 2.4 : <i>Follow through</i>	19
Gambar 2.5 : Fase analisis gerakan persiapan <i>shooting three point</i>	21
Gambar 2.6 : Fase analisis gerakan pelaksanaan <i>shooting</i>	22
Gambar 2.7 : Fase analisis gerakan <i>follow-through</i>	22
Gambar 2.8 : Bagan Kerangka Berpikir.....	40
Gambar 3.1 : Tes <i>Envelope Run</i>	44
Gambar 3.2 : Lapangan tes <i>wall pass</i>	45
Gambar 3.3 : Pengukuran keterampilan <i>three point</i> bolabasket	47
Gambar 4.1 : Histogram Hasil <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i> Pembelajaran <i>Shooting Three Point</i> Bola Basket Berdasarkan Pendekatan Pembelajaran	54
Gambar 4.2 : Histogram Nilai Rata-rata Peningkatan Keterampilan <i>Shooting Three Point</i> pada Permainan Bolabasket Pada Tiap Kelompok Perlakuan	55
Gambar 4.3 : Histogram Nilai Rata-rata Peningkatan Keterampilan <i>Shooting Three Point</i> pada Permainan Bolabasket Pada Tiap Kelompok Perlakuan	55

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Surat permohonan ijin melakukan penelitian	70
Lampiran 2. Program latihan.....	71
Lampiran 3. Hasil <i>Pre-Test</i>	84
Lampiran 4. Hasil <i>Post-Test</i>	86
Lampiran 5. Uji Normalitas	88
Lampiran 6. Uji Homogenitas.....	89
Lampiran 7. Uji Hipotesis	90
Lampiran 8. Dokumentasi.....	92

ABSTRAK

Herlambang J.C. A121508025. 2017. Perbedaan Pengaruh Pendekatan Pembelajaran terhadap *Shooting Three Point* Bolabasket Ditinjau dari Keterampilan Gerak Dasar (Studi Eksperimen Pendekatan Pembelajaran Repetitif Dan Progresif pada Siswa SMAN 4 Surakarta). Tesis, Program Studi Ilmu Keolahragaan, Pasca Sarjana, Universitas Sebelas Maret Surakarta. Pembimbing (1) Prof. Dr. Muchsin Doewes, dr., SU., AIFO., MARS., (2) Dr. Sapta Kunta Purnama, M.Pd.

Kata kunci: Pendekatan pembelajaran progresif, Pendekatan pembelajaran repetitif, kemampuan gerak dasar, *shooting three point* bolabasket.

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui: (1) Perbedaan pengaruh pendekatan pembelajaran dengan pendekatan pembelajaran progresif dan bagian repetitif terhadap hasil belajar *shooting three point* bolabasket. (2) Perbedaan hasil belajar kemampuan *shooting three point* bolabasket antara siswa yang memiliki kemampuan gerak tinggi dan rendah. (3) Pengaruh interaksi antara pendekatan pembelajaran dan kemampuan gerak dasar terhadap hasil belajar belajar *shooting three point* bolabasket.

Penelitian ini menggunakan metode eksperimen dengan rancangan faktorial 2 X 2. Populasi penelitian adalah siswa ekstrakurikuler bolabasket putra SMA Negeri 4 Surakarta yang berjumlah 36 siswa. Teknik sampling yang digunakan adalah *purposive sampling*, sampel yang diambil sebanyak 36 siswa, terdiri dari 18 siswa yang memiliki kemampuan gerak tinggi dan 19 siswa yang memiliki kemampuan gerak rendah. Variabel penelitian yaitu variabel bebas terdiri dari variabel manipulatif dan variabel atributif, serta satu (1) variabel terikat. Variabel manipulatif terdiri dari pendekatan pembelajaran progresif dan repetitif. Variabel atributif terdiri dari kelompok sampel dengan kemampuan gerak tinggi dan rendah. Variabel terikat pada penelitian ini yaitu kemampuan *shooting three point* bolabasket. Teknik pengumpulan data dengan tes dan pengukuran. Pengambilan data kemampuan *shooting three point* bolabasket dengan tes *shooting three point* bolabasket. Pengambilan data kemampuan gerak dilakukan dengan *barrow motor ability test*. Teknik analisis data pada penelitian ini menggunakan analisis varians dan pengujian hipotesis dengan perhitungan uji F pada taraf signifikan 0,05 %.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan diperoleh hasil yaitu, (1) Ada pengaruh yang signifikan antara pendekatan pembelajaran dengan pendekatan pembelajaran progresif dan repetitive, dimana diperoleh $F_o = 5,818$ dan nilai $p = 0,022$ ($P < 0.05$). Dimana pendekatan pembelajaran dengan metode repetitive sedikit lebih baik dari pada metode progresif terhadap hasil belajar *shooting three point*

bolabasket. (2) Terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok dengan kemampuan gerak dasar tinggi dan gerak dasar rendah, dimana diperoleh $F_0 = 41.374$ dan nilai $p = 0,000$ ($P < 0.05$). Kemampuan gerak dasar tinggi lebih baik dari pada kemampuan gerak dasar rendah terhadap hasil belajar *shooting three point* bolabasket. (3) Ada pengaruh interaksi antara pendekatan pembelajaran dan kemampuan gerak dasar terhadap kemampuan *shooting three point* bolabasket, dengan hasil $F_0 = 7.919$ dengan dan nilai $p = 0,008$ ($P < 0.05$).

Kesimpulan: (1) Ada perbedaan antara pendekatan pembelajaran progresif dan metode bagian repetitif terhadap hasil belajar *shooting three point* bolabasket. Pengaruh pembelajaran dengan metode bagian repetitive sedikit lebih baik dari pada metode bagian progresif. (2) Ada perbedaan hasil belajar *shooting three point* bolabasket yang signifikan antara siswa yang memiliki kemampuan gerak dasar tinggi dan rendah. Peningkatan hasil belajar *shooting three point* bolabasket pada siswa yang memiliki kemampuan gerak tinggi lebih baik daripada kemampuan gerak rendah. (3) Ada pengaruh interaksi yang signifikan antara pendekatan pembelajaran dan tingkat kemampuan gerak terhadap hasil belajar *shooting three point* bolabasket.

ABSTRACT

Herlambang J.C. A121508025. 2017. Differences Influence Learning Approach to Three Point Basketball Shooting (Experimental Study and Progressive Learning Method Repetitive Motion Viewed from the General Motor Ability on Student SMAN 4 Surakarta). Thesis, Sport Science Program Study, Post Graduate of Sebelas Maret University Surakarta. Advisor (1) Prof. Dr. Muchsin Doewes, dr., SU., AIFO., MARS., (2) Dr. Sapta Kunta Purnama, M.Pd.

Keywords: Progressive approach to learning section, repetitive part of learning approaches, basic motor skills, three-point shooting basketball.

The purpose of this study to determine: (1) The difference in the effect of approach with progressive part method and the repetitive parts of the learning outcomes of three-point shooting basketball. (2) The difference in learning outcomes basketball three-point shooting ability between students who have high and low motion capability. (3) The effect of the interaction between the learning approaches and basic motor skills to the learning outcomes of learning basketball three point shooting.

This study used an experimental method with 2 X 2 factorial design study population was men's basketball extracurricular student of SMAN 4 Surakarta totaling 36 students. Sampling technique used is purposive sampling, samples taken as many as 36 students, consisting of 18 students who have a high movement capability and 19 students who have poor motor skills. The research variables are independent variables consisted of manipulative variable and attributive variables, as well as one (1) the dependent variable. Manipulative variable consists of a progressive learning approach and repetitive. Attributive Variable consists of groups of samples with high and low motion capability. The dependent variable in this study is three-point basketball shooting ability. Data collection techniques to test and measurement. Data retrieval basketball three-point shooting ability with a three-point basketball shooting tests. Data retrieval is done with barrow motion capability of motor ability test. Data analysis techniques in this study using analysis of variance and hypothesis testing with the calculation of F test at significant level of 0.05%.

Based on research done shows that, (1) There is significant influence between learning approach with progressive learning approach and repetitive, which gained $F_0 = 5,818$ and $p = 0.022$ ($P < 0.05$). Where learning approach with repetitive method is slightly better than the progressive method to the learning outcomes basketball three-point shooting. (2) There are significant differences between the groups with basic motor skills of high and low basic movement, which gained $F_0 = 41.374$ and $p = 0.000$ ($P < 0.05$). High basic motion capability is better than the basic motor skills lower the learning outcomes of three-point shooting basketball. (3) There is a difference interaction between learning approach and basic motor skills on the basketball three-point shooting ability, with the result $F_0 = 7.919$ and $p = 0.008$ ($P < 0.05$).

Conclusion: (1) There is a difference between a progressive learning approach and method of repetitive section on learning outcomes basketball three-point shooting. Effect of repetitive learning method slightly better part of the progressive part method. (2) There are differences in learning outcomes shooting three point basketball significantly between students who have the basic motor skills of high and low. Improved learning outcomes basketball three-point shooting at students who have a high motor skills are better than low motion capabilities. (3) There is a difference significant interaction effect between learning approach and the level of mobility on learning outcomes basketball three-point shooting.